Benjamín Martín Sánchez
Canónigo de la S.I. Catedral de Zamora

200 MAXIMAS Y PENSAMIENTOS

Utiles para todos

Bienaventurado el que alcanza
la sabiduría y adquiere inteligencia
(Proverbios 3,13)

APOSTOLADO MARIANO
Recaredo, 44
41003 SEVILLA

ISBN: 84.7770.385-x
D.L. Gr. 150-99
Impreso en Azahara
Printed in Spain

PRESENTACION

Se ha dicho que un libro de "máximas", viene a ser como una farmacia espiritual en la que se encuentran remedios para todos los males, y yo espero que las 200 máximas y pensamientos que expongo en este libro sean útiles para mis lectores y concurran a encauzar su vida por caminos de bienestar y de paz.

Menendez y Pelayo dijo: "Sólo es libro bueno el que nos sugiere muchas ideas buenas y despierta otras que yacían en el fondo de nuestras almas"

¡Ojalá que este pequeño libro contribuya también a proporcionar otras grandes y nuevas ideas que instruyan, eleven y dignifiquen a cuantos lo lean!

Yo podía haber hecho un libro con mil máximas, en vez de las doscientas que lleva, pero he querido hacerlo así para que todos puedan, por ser libro pequeño, llevarlo consigo y de vez en cuando leer algunas de estas máximas y pensamientos, para que les sirvan de meditación y les ayuden a confortar su ánimo y elevar su mente a lo sobrenatural.

Benjamín Martín Sánchez
Zamora, 17 de agosto de 1998

PENSAMIENTOS VARIOS

Aprovechemos el tiempo

1 *El tiempo es breve..., el aspecto de este mundo pasa rápidamente* (1 Cor. 7,20 y 31). *Mientras disponemos del tiempo obremos el bien* (Gál. 6,10).

2. El hombre pasa como una *sombra...*, como el *humo* disipado por el viento... Pasa como el recuerdo del huesped de un solo día (Sab.5).

3. El hombre es como la hierba que se renueva; que florece y se renueva por la mañana y por la tarde la siegan y se seca (Sal. 90, 5-6).

4. *Los días de nuestra vida son setenta años, y ochenta en los más robustos; pero también la robustez es apariencia, un nada, porque pasan aprisa y vuelan* (Lo que pasa de 80 años suelen ser achaques y dolores) *Señor, enséñanos a contar nuestros días, para que adquiramos un corazón sabio* (Sal.90,10- 12).

5. En otro pasaje bíblico leemos: *"El número de los días del hombre, a más tirar, son cien años, y, comparados con la eternidad, son menos que una gota de agua comparada con todo el mar* (Eclo. 18,8).

6. *El hombre nacido de mujer vive corto tiempo, está repleto de muchas miserias, brota como una flor y se marchita* (Job. 14,1).

7. *Pocos son los años que me restan, y es sin vuelta el camino por donde voy* (Job. 16,22). *Mi vida es un soplo* (Job. 7,7). *Ya mi vida se acaba, extínguense mis días, sólo me queda el sepulcro* (Job. 17,1).

8. En esta vida tan breve estamos de paso para merecer la eterna, y notemos que Jesucristo no nos

dice que *"nos preparemos* para la otra" sino que *"estemos preparados"* (Lc. 12,40).

9. La vida es corta y está siempre amenazada de muerte. *"En la hora que menos penséis..."*(Lc. 12,40).

10. Veo con frecuencia a algunos que mueren y pasan delante de mi, mas otros presto me verán pasar...

11. *El hombre que camina no es más que una sombra, un soplo que se agita y amontona y no sabe para quien* (Sal. 39,7).

12. *¿Qué es nuestra vida? Un vapor que se desvanece, humo que aparece un momento y al punto se disipa* (Sant. 4,14).

13. No perdamos de vida que somos peregrinos, caminantes de pocos días sobre la tierra y *"por muchas tribulaciones hemos de entrar en el reino de los cielos"* (Hech. 14,21).

14. Los charlatanes son ladrones del tiempo. Los grandes habladores son como los vasos vacíos, que hacen más ruido que los que están llenos.

¿Para qué estamos en el mundo?

15. *Dios señaló al hombre un número contado de días, y le dio el dominio sobre la tierra y también inteligencia, lengua, oídos y ojos para que viera la grandeza de sus obras, para que alabara su santo nombre... y les dijo: Guardaos de toda iniquidad* (Eclo. 17,3 ss).

16. "El hombre es creado para alabar, hacer reverencia y servir a Dios Nuestro Señor, y mediante esto, salvar su alma..." (San Ignacio de Loyola).

17. *Dame a conocer, ¡oh Dios! mi fin y cual sea la medida de mis días; que sepa cuán caduco soy* (Sal. 38,6).

18. No hay otro bien con que la criatura racional e intelectual pueda ser enteramente feliz, sino Dios. Nos hiciste, señor, para Ti e inquieto está nuestro corazón mientras no descanse en Ti. (San Agustín).

19. *Somos peregrinos y viajeros sobre la tierra* (Heb. 12,13). Tu piensa: ¿De dónde venimos? ¿A dónde vamos? ¿Para qué estamos en el mundo? Somos hechura de Dios, de El venimos. *"El hombre irá a la casa de su eternidad"* (Eclo. 12,15). *"No tenemos aquí una ciudad fija, sino que vamos en busca de una que es eterna"* (Heb. 13,14).

20. "*Teme a Dios y guarda sus mandamientos. Esto es el hombre todo*" (Ecl. 12,13), es decir, ésta es la razón de ser del hombre. Este es su fin, para esto fue creado "para que guarde sus mandamientos" y alcance la vida eterna (Mt. 19,17).

21. Las criaturas son de Dios... No son Dios... Son para Dios... Las criaturas no son mi fin, sino medio para que me ayuden a conseguir mi último fin. No debo poner en ellas mi corazón, sino en Dios.

22. *Convertíos, oh hijos de los hombres, dice el Señor, porque mil años ante sus ojos, son como el día de ayer que pasó, y como una de las vigilias de la noche; una nada son todos los años que vive. El hombre es como un torrente que corre, como un sueño que se desvanece. Dura un día como el heno, florece por la mañana y se seca* (Sal. 90, 4-6).

23. Acuérdate siempre del fin de todo, esto es, de

la muerte y de que el tiempo perdido no volverá (Kempis).

24. Dios nos concede el tiempo para merecer, y por tanto nuestro deber es emplearlo en hacer el bien.

Aprende a vivir

25. Para saber vivir hay que aprender a morir. Esta es la gran ciencia de la vida: saber morir. *"Acuérdate de los novísimos, de tus postrimerías y no pecarás jamás"* (Eclo. 7,40).

26. ¿Quieres no temer la muerte? Ama a Dios de todo corazón, y si así lo haces, no temerás ni la muerte, ni el juicio, ni el infierno (Kempis).

27. *"No estéis tristes como los que no tienen esperanza de la vida eterna"* Tes. 4,14 s), pues "la vida no termina se transforma, y disuelta nuestra morada terrenal, conseguimos una mansión eterna en el cielo" (Pref. Dif.).

28. Para el cristiano la muerte no es el término de la vida. Es el comienzo feliz de una nueva existencia.

29. El cristiano muda la vida presente por otra mejor. Con la muerte el hombre *justo* pasa a la inmortalidad gloriosa.

30. El que cree firmemente la resurrección de los muertos, no le aflige la misma muerte, ni perderá la paciencia en los dolores: ¿que hay que sentir en la muerte de una persona, si no la tenemos perdida para siempre?. No es más que un viaje lo que llamamos muerte, por lo que no se debe llorar la muerte del que partió antes que nosotros, antes bien, desear seguirle; y aun este mismo deseo se debe moderar con pacien-

cia. El excesivo sentimiento no es una señal de la más viva esperanza, desacredita nuestra fe, y es injurioso a Jesucristo el tener por infelices y dignos de compasión los que El llama a sí". (Tertul. Pcient. c.9,st.11).

31. Aprende a vivir haciendo siempre el bien. Haz bien y no mires a quién, porque el que hace mal a otros, a sí mismo se lo hace y Dios no le bendice. Hacer mal es de corazones ruines.

32. No seas egoista. Pasa por este mundo haciendo el bien posible a los que están a tu alrededor. Que otros se portan mal, allá ellos; su conciencia los acusará. Sé tu, en medio de tantos odios, una sonrisa de bondad y de amor...

33. Haz fecunda tu existencia haciendo alegremente el bien. Que al morir no puedan decir de ti que pasaste por el mundo sin haber hecho nada. (J. de Actis).

34. Pasan los hombres, las cosas y los tiempos..., pero la obra del que pasa haciendo el bien a todos, al igual que Jesucristo, no pasa jamás: *"La memoria del hombre justo será eternamente celebrada"* (Sal. 111,10).

35. Cuando veas a un hombre bueno, trata de imitarlo, y cuando veas a un hombre malo, examínate a ti mismo.

36. El mundo, o sea, los hombres malos y perversos abundan..., mas Dios quiere que todos los hombres se salven. Si quieres reformar el mundo, empieza por reformarte a ti mismo, y ya habrás dado un paso en tu propósito.

37. Hacer bien alegremente, es hacer doble bien..

Tu haz el bien siempre, aunque sientas que no servirá de nada. Debes creer que ningún gesto es inútil cuando es honrado. Siempre germina en algún sitio.

38. No te canses de hacer el bien. No saber mostrarse bueno con los malos es una prueba de que no es uno bueno del todo.

Ejercita la caridad

39. La caridad es la virtud más excelsa, corona de las virtudes y a la que se reduce toda la doctrina de Jesucristo. El nos dice: *"Amaos los unos a los otros"* (Jn. 15,12), y tengamos bien entendidos que el amor no excluye a nadie; se extiende a todos, aún a los enemigos, según el mandato del mismo Cristo: *"Amad a vuestros enemigos..."* (Mt. 5,44).

40. Todas las virtudes, dice San Agustín, pueden reducirse a la caridad o amor, porque la fe no es otra cosa que el amor que cree; y la esperanza, el amor que aguarda; y la paciencia, el amor que sufre; y la prudencia el amor que reflexiona; y la justicia, el amor que da a cada uno lo que es suyo; y la fortaleza, el amor generoso y valiente que vence"...

41. "Todo cuanto deseéis que los hombres os hagan, hacédselo. ¿Deséais recibir beneficios? Sed bienhechor. ¿Deseáis que os alaben? Alabad a vuestro prójimo. ¿Deséais ser amado? Amad..." (S.J. Crist.)

42. La caridad, al igual que Jesucristo, pasa por todas partes sembrando el bien, perdonando sin rencor, no conservando el recuerdo de mal recibido.

43. Santo Tomás Moro dijo: "La muchedumbre escribe los beneficios en arena y esculpe las ofensas

en marmol". El verdadero cristiano, al contrario, debe grabar las injurias en arena para que se borren pronto y los beneficios en marmol.

44. Jesús dice: Este es *mi* mandamiento: *"amaos los unos a los otros", mío* lo llama Jesucristo. ¿Qué más podría decirse para conocer su importancia?

45. "Amar al prójimo como a si mismo", es hacer que todo lo bueno, todo lo noble, todo lo hermoso y todo lo grande que quiera para mi, quererlo para él... He aquí la regla de oro: *"Haced vosotros con los demás hombres todo lo que deséais que ellos hagan con vosotros"* (Mt. 7,12).

46. El que ama a su prójimo no sufrirá que se hable mal de él o murmure en su presencia. *"No amemos sólo de palabras y con la lengua, sino con obras y de verdad"* (1 Jn. 3,18).

47. La caridad tiene dos pies, tened cuidado de no andar cojos; estos dos pies son los preceptos del amor de Dios y del prójimo. Con ellos corred hacia Dios (S. Agustín in Ps. 33).

48. Procura venerar en los pobres, en los enfermos, en los que sufren a Jesús, porque Él ha dicho: *"Lo que hacéis a uno de éstos, a Mi me lo hacéis"* (Mt. 25, 34-40). El amor no excluye a nadie, se extiende a todos...

49. La caridad viene de Dios (Rom. 5,5) y se conoce por oposición al egoismo. Este se combate con el interés por los demás y con el desprendimiento.

50. El amor enseñado por Jesucristo es el camino más corto y más seguro para ir al cielo.

¡Cuánto vale la caridad!

51. Sin la caridad todas las virtudes desaparecen... "La caridad es la medida de la grandeza y de la perfección, de tal manera que el que tiene mucha, es grande, y el que poca, es pequeño, y nada, el que no tiene ninguna" (San Bernardo).

52. Ninguna cosa es mayor en este mundo como el alma que tiene caridad.... Ama a Dios y haz lo que quieras; si callares, calla por amor; si perdonares, perdona por amor; si castigares, castiga por amor; porque lo que por este amor se hace es meritorio delante de Dios (San Agustín).

53. Imita a Jesús. Ora por todos, aún por tus enemigos. Cuando te cueste amar, piensa que Dios vino a la tierra a enseñar a los hombres a que no se odiasen ni se matasen.

54. El mejor apostolado de los tiempos modernos es una vida de amor. El mejor apostolado no es hablar de Dios, sino dar a Dios.

55. Caridad es hacer bien a todos, tu esfuérzate por hacerlo, y si hallas enemigos en el camino de la vida, véngate de ellos a ejemplo de Jesucristo, con la oración, el perdón y el amor. Acostúmbrate a devolver bien por mal.

56. La ciencia hincha, la caridad edifica... Aunque supieras de memoria la Biblia entera y las sentencias de todos los filósofos, ¿de qué te servirá todo eso sin caridad y gracia de Dios? (Kempis).

57. La caridad no se rebaja nunca por más que descienda. La caridad como el sol, donde quiera que penetra hace brotar flores (C. Arenal).

58. Con la persona que te contraría y te hace padecer, pórtate como te portarías con la persona que tu más quieres en este mundo.

59. Estamos hechos para amar... La unidad es el fruto del amor. El que no sabe unir, no sabe amar. El amor a Dios sea el móvil de todas tus acciones.

60. Ama al pecador o equivocado, pero no sus pecados o errores.

61. Tu amas cuando haces tuyos los problemas de los demás, cuando buscas los intereses del prójimo, cuando consideras a todos los hombres como hermanos tuyos...

62. La esencia de la perfección cristiana consiste en la caridad, principalmente en el amor a Dios, y de modo secundario en el amor al prójimo. (Santo Tomás).

63. La lengua que alaba al Señor juntamente con todas las voces del universo, está en constante servicio de la caridad fraterna. La caridad ilumina, santifica, da acierto en todo el caminar. La cortesía es una rama de la caridad. (Juan XXIII).

64. La caridad se transforma en paraíso de las comunidades religiosas (Santa Magdalena Sofia Barac).

65. El amor no se reduce a una fórmula, vg. "Dios mío os amo", se requiere que el amor se traduzca en obras: "Obras son amores...".

66. El Señor me soporta a mi, y me ama hasta con ternura, pues excusa y perdona mis pecados. ¡Con cuánta más razón debo yo soportar a los que me rodean!

67. Si quieres obrar el bien, ama mucho a Dios y

a las almas, este amor engendrará el olvido de nosotros mismos.

68. **Oración de San Francisco de Asís**

Oh Señor, haz de mi un instrumento de paz
Donde hay odio, que yo lleve el amor.
Dnde hay ofensas que yo lleve el perdón.
Donde la discordia, que yo lleve la unión
Donde hay duda, que yo lleve la fe.
Donde hay error, que yo lleve la verdad.
Donde hay desesperación, que yo lleve la esperanza
Donde hay tristeza, que yo lleve la alegría.
Donde están las tinieblas, que yo lleve la luz.

69. San Juan de la Cruz nos dice: "En la tarde de la vida se nos examinará del amor". Este será el examen del fin de la carrera de esta vida.

70. ¿De qué tendremos que dar cuenta en este examen? De la generosidad, de la entrega, del sacrificio en favor del prójimo, de cómo hemos sabido posponernos a los demás por la paz y el bien de los demás, de sobrellevarnos mutuamente con paciencia y abnegación, de cómo hemos aceptado y sufrido las ingratitudes o bien las cruces enviadas por Dios...

Si Dios me llamara hoy a cuentas, ¿estaría preparado para el examen final?.

71. Tu amor no es verdadero si es sólo "horizontal" (amor al hombre por el hombre), ante todo, debe ser "vertical" por amor a Dios.

72. El amor eleva o envilece según el objeto que los inspira... Cada uno es lo que es su amor. ¿Amás

la tierra? Eres tierra. ¿Amas a Dios? Serás Dios... Amando a Dios asciendes; amando al siglo, te hundes. Todo amor o sube o baja: con el buen amor subimos a Dios, con el mal amor caemos en el despañadero... El amor al mundo contamina; el amor al auttor del mundo purifica el alma... Antes que existieras, Dios pensó en ti; pues si no pensara en ti, no hubieras existido, y ahora que existes, no se olvida de ti (San Agustín. Conf. y de Civit).

73. *Soportaos unos a otros con caridad...* (Ef. 4,1). El bueno no hiere a nadie, no injuria a nadie; no dice mal de nadie; todo lo contrario, dice bien de todos y a todos sirve (S. Buenaventura).

74. Ponte en lugar del prójimo, y pon al prójimo en el tuyo y asi juzgarás rectamente (S.F. de Sales). ¿Qué habrías hecho tu en tales circunstancias, con su poca formación y las mismas pasiones?...

75. *No volváis mal por mal: procurar el bien a los ojos de todos los hombres.. Si tu enemigo tiene hambre, dale de comer; si tiene sed, dale de beber; que haciendo así amontonáis carbones encendidos sobre su cabeza.* (Esto quiere decir que el amontonamiento de beneficios obligará al enemigo a dolerse y arrepentirse de sus malas obras y avergonzado se acercará más a su hermano, encendiendose en amor hacia él). *No te dejes vencer del mal, antes vence al mal con el bien.* (Rom. 12,9 ss).

Valor de la humildad

76. La humildad es una de las virtudes más fundamentales; mas ¿qué es humildad? El filósofo Balmes

nos da esta definición precisa: "Humildad es el conocimiento claro de lo que somos sin añadir ni quitar nada". Y Santa Teresa lo dice así: "Humildad es andar en la verdad", y la verdad es que no tenemos nada de bueno que no hayamos recibido de Dios.

77. Dos cosas podemos considerar en el hombre: lo que tiene de Dios y lo que tiene de sí mismo. Suyo es lo defectuoso; de Dios es cuanto pertenece a la salud y la perfección (S. Tomás 2,2. q. 161).

78. ¿Quieres ser grande? Comienza por ser pequeño. ¿Quieres levantar un edificio que llegue hasta el cielo? Piensa primeramente en poner el fundamento de la humildad (S. Agustín). El pecador que se humilla vale más que un justo orgulloso (Id. serm. 49).

79. La humildad es el origen de todo bien, mientras que el orgullo es origen de todo mal (S. Vicente de Paul).

80. Yo no me puedo comparar con otros, porque todos somos átomos de la nada: *"Todas las naciones de la tierra son como una gota de agua... como un polvillo en la balanza..."* (Is. 40,25-28). Y si esto es el mundo delante de Dios, ¿qué seré yo?.

81. Muchos tienen la apariencia de la humildad, pero no la virtud (San Ambrosio).

82. Los pensamientos que siguen son de Sta. María Sofía Barac: "Una religiosa sin humildad no es religiosa más que de nombre.

83. La paz no puede habitar más que en los corazones humildes y desprendidos de todo... Sin la mortificación y la humildad no hay santidad alguna.

84. Un átomo de humildad vale más que una mon-

taña de buenas obras. La humildad y la sencillez son los verdaderos manantiales de la perfección.

85. No hay humildad sin mansedumbre y olvido de sí. La humildad es la virtud de las almas grandes. Si tuviéramos un solo átomo de humildad, soportaríamos gozosos las contrariedades, los olvidos y cualquiera otra falta. ¿Acaso no tienen los demás que soportar las nuestras?.

86. Que nos pospongan a los demás, que nos olviden y hasta nos desprecien... digamos esta sola palabra: "Lo hemos merecido".

87. Los santos hacen tanto bien a las almas, porque no se estiman en más que el lodo que hollamos con los pies.

88. Una hilacha de vanidad o complacencia propia, puede secar la fuente de las gracias. Jesús es un extremo celoso de sus bienes: de Él proceden y deben volver a Él.

89. La humildad azota al demonio, el orgullo a Cristo.

Otros pensamientos sobre la humildad

90. La humildad no consiste en palabras humildes, dichas sin sentir lo que ellas expresan, ni en un exterior modesto, que oculta un alma que se estima y quiere captarse la estimación de los demás.

91. La verdadera humildad no es más que el exacto conocimiento de Dios y de uno mismo. "Que os conozca, Señor, y me conozca. Que conozca a Dios para amarle y me conozca a mi para despreciarme" (S. Agustín).

92. El que bien se conoce tiene humildes sentimientos de si mismo, y no se alegra de las alabanzas de los hombres, no se cree mejor que los demás (Kempis).

93. "Conócete a ti mismo". El muy conocido desea estar incógnito y el desconocido esta triste de ser desconocido.

94. La humildad ni se incomoda, ni a nadie incomoda. La humildad perfectísima es una actitud habitual de imitar a Jesucristo hasta en lo más costoso, como es vivir abrazado a la cruz.

95. He aquí el lenguaje de los santos: Santa Teresa de Jesús: "O padecer o morir". Santa Magdalena de Pazzis: "Padecer, no morir". San Juan de la Cruz: "Padecer y ser despreciado por ti"...

96. Los verdaderos humildes han de seguir a Cristo, pobre, humilde y cargado con la cruz para merecer luego ser compañeros de gloria (Lg. 41).

97. Delante de la sabiduría infinita vale más un acto de humildad que toda la ciencia del mundo (Santa Teresa de Jesús).

98. El vestido de las virtudes es la humildad; si se lo quitas, desaparecerán todas. La humildad es la señal más fija de predilección (S. Greg. M.).

99. Aunque practicaseis ya la oración, ya el ayuno, ya la misericordia o la pobreza o cualquier otra virtud sin humildad, todo se perdería y sería inútil. (S.J. Crisóstomo).

100. El verdadero humilde es el que se reconoce hechura de Dios y que todo cuanto tiene de inteligencia, de hermosura, de gracia..., lo ha recibido de

Dios, y a Él lo refiere. ¡Qué tienes que no hayas recibido?...

101. El humilde busca la gloria de Dios en todo, elogia las obras de los demás, y las suyas las tiene en poco o nada, y no habla de sí mismo ni para bien ni para mal.

102. El humilde prefiere la compañía de los pobres y de los ignorantes. No se irrita por una descortesía, ni se enoja por cualquier afrenta. A nadie considera inferior a él. Le gusta pasar desapercibido y no hace nada por ser visto o aplaudido... y acepta agradecido la corrección.

Nuevos pensamientos sobre la humildad

103. ¿Qué es la humildad? Hacer bien al que te hace mal. Y si el hombre no llega a tanto ¿qué hará? Huya, y escoja el silencio, Tu humildad es el silencio (P. del Yermo).

104. ¿Cómo puede el hombre alcanzar su humildad? Considerando solamente sus maldades y no las de los otros. La humildad es la perfección del hombre. Sé humilde para aprender (id).

105. No es gran cosa estar pensando en Dios. Lo grande es verte debajo de todas las criaturas. (Sisoes).

106. Cuanto más se acerca el hombre a Dios tanto más pecador se ve (Muzues).

107. La humildad es el fundamento de la misma fe, porque el que no es humilde, vacila y pierde la fe. (S. Tomás de Aq.).

108. La soberbia hace su propia voluntad, la humildad hace la volutad de Dios. (S. Agustín).

109. El que quiera que Dios se sirva de él para

cosas grandes procure ser el más humilde de todos. (S. José de Calasanz).

110. No hay perfección sin humildad, y tendremos tantos grados de perfección cuantos tengamos de humildad (Sta. Juana F. de Chantal).

111. Humildad es una cosa. Hipocresía es otra totalmente distinta. Hay mucha más humildad en aceptarnos que en reprocharnos.

112. El humilde resplandece desde un rincón, como una estrella. Mientras más se hunde más le alza Dios.

113. Nunca el hombre es más grande que cuando cae de rodillas, es decir, cuando se manifiesta humildemente ante el Señor.

114. El verdaderamente humilde no desprecia a nadie, aunque sea grande pecador, porque sabe que aquel puede arrepentirse y ser santo, y que él puede caer y condenarse.

115. Si quieres ser santo, sé humilde; si quieres ser más santo, sé más humilde; si quieres ser muy santo, sé muy humilde (S. José de Calasanz).

116. Tu, oh Dios, eres *el que es;* yo soy *la que no es*. (Sta. Catalina de Sena).

117. Nunca intentes lucirte, pero intenta siempre dar luz.

118. La humildad es sincera, tiene horror a las excusas, a la hipocresía, a la mentira, a los pretextos...; el alma humilde no finge en si misma males y miserias que no tiene, ni dice cosas que no siente. Para ella lo que es, es; lo que no es, no es.

119. La humildad no existe jamás sin la dulzura y

el olvido de sí. Estas son las dos cualidades que hacen al humilde tan amable y capaz de todos los empleos. (Santa M.S. Barac).

120. El que bien se conoce tiénese por vil y no se deleita en alabanzas humanas (Kempis).

Detesta el pecado y conviértete al Señor

121 *Pecado es la transgresión de la ley de Dios* (Jn. 3,4). *¿Has pecado? No vuelvas a pecar más. Como de la serpiente huye del pecado, porque si te acercas te morderá* (Eclo. 21, 2-4).

122. *No digas: "Grande es su misericordia, El perdonará mis muchos pecados". Porque aunque es misericordioso, también castiga, y su furor caerá sobre los pecadores. No difieras convertirte al Señor, y no lo dejes de un día para otro* (Eclo. 5, 6-8).

123. El pecado es una gran ofensa a Dios y una ingratitud, pues al pecar nos servimos de los ojos que Dios nos dio y de los oídos y de la lengua, del talento y de la salud... todos don de Dios.

124. ¿Qué es el pecado mortal? Es hacer, pensar o desear algo contra la ley de Dios en materia grave, y materia grave es: Matar, blasfemar, no asistir a Misa los domingos y días festivos, cometer actos impuros, etc....

125. El pecado se llama "mortal", porque da muerte al alma, a la que priva de su propia vida, que es la gracia santificante. El que vive en pecado mortal, "es un cadaver ambulante, *tiene el nombre de viviente, pero en realidad está muerto*" (Apoc. 3,1).

126. Los que viven en pecado atraen males y casti-

gos, en cambio, las almas en gracia atraen bendiciones y son pararrayos de los castigos de la justicia divina.

127. Después del pecado y de la pasión satisfecha, lo único que queda es la vergüenza, la confusión y el arrepentimiento.

128. Dios nos dice por medio de los profetas: *"Convertíos al Señor Dios vuestro, porque Él es benigno y misericordioso...* (Jel. 2,13).

129. *Convertíos a Mi.... y seréis salvos, porque Yo soy Dios y no hay otro"* (Is. 45,22). *El perdonará a los que se arrepienten y se apartan de la iniquidad.* (Eclo. 17,20 s.)

130. Muchos han perdido la fe..., y Dios aún los espera con amor y *"hace como que no ve nuestros pecados por esperarlos a penitencia* (Sab. 11,24).

131. A los que añaden pecados a pecados, el profeta Isaías les dice: *"Dios os está esperando para tener misericordia de vosotros* (30,18).

132. *Dios es misericordioso para con todos y su misericordia está sobre todas sus obras* (Sal. 145,9). *Convertíos de vuestros perversos caminos... Yo no quiero la muerte del pecador sino que se convierta de su mal proceder y viva* (Ez. 33, 11 ss).

133. Mar sin fondo y sin orillas es la misericordia de Dios que nos rodea a los pecadores. ¡Pobres denosotros si así no fuera!.

134. No descofíes de la misericordia infinita de Dios, pues Jesucristo nos dice: *"No he venido a llamar a los justos, sino a los pecadores* (Lc. 5,32), y San Pablo nos dice: *Jesucristo vino a este mundo a salvar a los pecadores* (1 Jim, 1,15).

135. Uno dijo: Yo he pecado mucho, no habrá perdón para mi. Tu no digas tal cosa, pues no hay pecado que no pueda ser borrado por la penitencia. Oigamos a San Juan Crisóstomo: "Supongamos uno repleto de toda maldad, que haya cometido todos los crímenes que excluyen del reino de los cielos. No lo supongamos de entre los infieles de por vida, sino de los creyentes, de entre quienes primero han agradado a Dios y luego se hizo fornicador, adúltero, muelle, ladrón, borracho, invertido, maldiciente o blasfemo y demás pecados semejantes a éstos... Pues bien, ni a un pecador así consentiría yo que desesperase. Dios no rechaza jamás la penitencia sincera, aun cuando el hombre llegue al extremo de su maldad. *"Dios no quiere la muerte del pecador,* y a todo el que se arrepienta lo perdonará. Los arrepentidos quiere Dios...

136. ¿Quieres que tu alma quede limpia de todos los pecados que has cometido. Haz una confesión sincera de todos ellos. Dios ha dado el poder de perdonar toda clase a los sacerdotes, a quienes ha dicho: *"Al que perdonéis los pecados les quedan perdonados..."* (Jn. 20,23). Cuando el sacerdote dice: "Yo te absuelvo de tus pecados, es Cristo el que absuelve y perdona... La misericordia de Dios es mayor que nuestros pecados...

137. Una vez limpio de pecado camina bajo la mirada de Dios: *"Dios no está lejos de nosotros, porque en El vivimos, nos movemos y existimos"* (Hech. 17, 27-28). La confesión proporciona gran alegría y paz al alma.

138. *Los ojos del Señor contemplan toda la tierra*

(2 Cr. 16), *están en todas partes observando a los buenos y a los malos* (Prov. 15,3).

139. La presencia de Dios es un remedio contra todos los males (S. Basilio).

140. Si pensáramos que Dios nos ve, nunca o casi nunca pecaríamos. (Santo Tomás de Aquino).

Aspiremos a la santidad

141. ¿Qué es la santidad? Es conformar nuestra voluntad con la de Dios. No querer más que lo que Dios quiere. Juan Pablo II dijo: "La santidad es la alegría de hacer la voluntad de Dios. Esta se nos manifiesta en su mandamientos".

142. *Dios nos eligió antes de la creación del mundo para que fuésemos santos* (Ef. 1,4). y nos invita a la santidad: *"Sed santos, porque Yo soy santo"* (Lev. 9,2) y debemos serlo en la medida que nos es posible.

143. El que quiere ser santo es el que no se limita a decir: "Quiere serlo", sino el que está dispuesto a todos los sacrificios y pone los medios para adquirir la santidad y practicar todas las virtudes.

144. Quiero ser santo. Estas palabras suenan a vacío cuando las obras no van llenando esas palabras. Es mejor ser sin decirlo, que decirlo sin ser.

145. La santidad es la única razón de ser de un alma consagrada. Si no es santa, ¿para qué sus renuncias, sus votos, su consagración y su vida?.

146. Los santos no nacieron santos; llegaron a la santidad después de una larga continuidad de vencimientos propios (S. Micaela del Stmo. Sacra.).

147. El Conc. Vaticano II nos dice: "Todos estamos llamados a la santidad, ya pertenezcan a la jerarquía, ya a los fieles, porque Cristo es santo...", y nos enseña cómo podemos santificarnos, sacerdotes, religiosos, obreros..., cumpliendo cada uno lo mejor posible con su deber... (LG. 39-42).

148. Para ser santos la virtud más necesaria es la "energía", esto es, quererlo de veras, poner los medios conforme a la voluntad de Dios (S. Teresa de Lisieux).

149. Verdaderamente las palabra sublimes no hacen al hombre santo ni justo; es la vida virtuosa la que le transforma en amigo de Dios (Kempis).

150. No eres santo porque te alaben, ni peor porque digan de ti cosas censurables, eres sencillamente lo que eres. El hombre mira las acciones, Dios pesa las intenciones (Kempis).

151. La santidad es ausencia de pecado, vida de gracia y de amor a Dios y al prójimo. "El que cree en la eternidad y no se hace santo, merecería le encerrasen en una casa de locos". (S. J. de Avila).

152. No está la santidad en el verbo trabajar, orar, hacer, actuar. Está en el adverbio. Hacer las las cosas con perfección, plenamente, cuidadosamente, exactamente, y siempre conforme a la voluntad de Dios.

153. Tanto te santificas cuanto te mortificas. Los santos han conseguido ser santos por haber tenido el valor de empezar a tratar de serlo todos los días.

154. Si no me hago santo de joven, jamás llegaré a serlo (S.J. Bermans).

155. *Os ruego que, como peregrinos, os abs-*

tengáis de los apetitos carnales que combaten contra el alma. (Ped. 2,11)., *llevando siempre en el cuerpo la mortificación de Cristo*... (2 Cor. 4,10).

Vive alegre y sé amable

156. El apóstol nos dice: *Vivir siempre alegres... Alegraos siempre en el Señor, os lo repito, vivid alegres* (Fil. 4,4). *La alegría alarga la vida de los hombres* (Eclo. 30,23).

157. La alegría verdadera no te vendrá de fuera, o sea, de cines profanos, de bailes u otra diversiones que sean profanas, sino que te saldrá de dentro, de tu alma, si vives en gracia. "Ten buena conciencia y siempre tendrás alegría" (Kempis).

158. Para echar lejos de ti la tristeza, procura por todos medios limpiar tu alma de todo pecado. La alegría nace de corazones puros.

159. La verdadera alegría no está reñida con la piedad, ni con la mortificación. "Un santo triste es un triste santo", decía San Francisco de Sales, y de otro santo -San Felipe Neri- es aquella conocida frase, de gran valor ascético: "Tristeza y melancolía, fuera de la casa mía".

160. La amabilidad tiene por fuente y raiz la caridad, que es "dulce y bienhechora" y además condescendiente, pues a todo se acomoda.

161. Inspiremos simpatía, pues cuando tratamos a otros con amabilidad, ellos son más amables con nosotros.

162. El secreto para estar a bien con todos es amoldar nuestro caracter al de los demás.

163. Seamos enemigos de todo altercado, sepamos ceder algo de nuestra parte...

164. No te enfades: ¿Por qué has de enfadarte si enfadándote ofendes a Dios, molestas al prójimo, pasas tu misma un mal rato... y te has de desenfadar al fin? (Camino nº 8)

165. Seamos tan amables que todos se sientan un poco más felices a nuestro lado... "No hay cosas que tanto edifique a los prójimos como el trato amable y amoroso" (S.F.de Sales).

166. Una de las obras más bellas de celo es hacer amable la virtud. "Hay miradas, hay sonrisas misioneras" (Gar-Mar)

167. Con el trato humilde y sencillo se llega uno a conciliar el afecto de sus más encarnecidos enemigos. (S. Alf. Mª de Ligorio)

168. No hallarán los superiores mejor medio de ser obedecidos, que siendo afables y benignos. (S. Vicente Paúl).

169. No corregir con enojo o aspereza; porque el que airado reprende, más daño hace que provecho (S. Alfonso Mª).

170. *Soportaos unos a otros con caridad* (Ef. 4,1). *La caridad es sufrida es dulce y bienhechora.*(1Cr.13)

171. No te canses de plantar dulzura. Si plantas rosales, cosecharás rosas. (Gar-Mar).

Valor de la fe y de la pureza

172. La fe y la pureza son dos virtudes que van hermanadas, y son de gran valor porque por la pérdida de la pureza se suele perder la fe. Así lo dice San

Ambrosio: "El que empieza a entregarse al vicio de la impureza, empieza también a alejarse de la fe".

173. La luz de la fe es como la de una vela, en un aire impuro se apaga.

174. Fe, prácticamente, es una respuesta favorable que damos a la palabra de Dios, es aceptar la persona de Jesucristo con toda su doctrina, y aceptarla por la autoridad de Dios que la revela y porque la Iglesia nos la enseña.

175. Fe es creer en la palabra de Dios, en lo que Él nos ha revelado. El fundamento de nuestra fe es la Biblia o palabra de Dios interpretada por la Iglesia.

176. Las verdades, pues que hemos de creer y que constituyen el objeto material de la fe, se hallan en la Escritura y en la Tradición Apostólica. La Iglesia es depositaria e intérprete de la revelación, y nuestro deber es leer con frecuencia la Sagrada Escritura.

177. Nuestra fe debe ser firme, viva y eficaz y nos es necesaria para salvarnos. "Sin la fe es imposible agradar a Dios". (Heb.11,6). El que creyese (el Evangelio) y se bautizare, se salvará". (Mrc. 16,16).

178. El hombre sin fe es como un avión sin motor; no puede levantarse a las alturas.

179. El hombre de fe vive castamente, porque sabe que la castidad o virtud de la pureza es fuente de hermosura, de alegría, de paz, y a su vez promotora de obras de celo y apostolado.

180. La castidad es una virtud angélica, austera y delicada que se opone a toda delectación carnal e impura mientras sea ilícita.

181. La pureza ennoblece el espíritu, aclara la

inteligencia, eleva la mente, acerca a Dios y con ella no hay dificultad ni problema (M.M.S.).

182. San Jerónimo escribió a una joven virgen, dirigida suya: "Andas cargada de oro, debes evitar los ladrones". Estos para robarte la joya de la pureza se presentan bajo diversas formas: las malas lecturas, las conversaciones poco honestas, el cine inmoral, los malos compañeros...

183. Medios para conservar la castidad: Huida de ocasiones, oración, vencimientos, devoción a la Santísima Virgen, el trabajo, evitando la ociosidad y frecuencia de Sacramentos. León XIII dijo: "El alimento eucarístico es remedio contra la sensualidad".

184. Hoy hay pocas vocaciones religiosas y es porque la juventud vive el ambiente de un mundo materializado y no se da cuenta del valor y belleza que encierra entereza, limpieza y honestidad de cuerpo y alma.

185. La virginidad es una virtud por la que se toma una resolución libre y voluntaria de abstenerse para siempre del matrimonio y de los placeres de la carne, por un servicio más de lleno a Dios y al prójimo (Sacra Virginitas).

186. El primer remedio contra el vicio es apartarse mucho de aquellos cuya presencia es una tentación... Muchas personas eminentes en virtud han caído en el pecado por creerse seguras" (S. Jerónimo).

Emplea bien tu libertad

187. Todo hombre goza de libertad, pero este don nos lo ha dado Dios para servicio de la verdad y del bien, y no para hacer lo malo.

188. *"Dios hizo al hombre desde el principio y le dejó en manos de su libre albedrío"* (Eclo. 15,14). De hecho es libre para cumplir o no los mandamientos de Dios: "*Si quieres entrar en la vida eterna guarda los mandamientos"* (Mt. 19,17).

189. *Si tu quieres... Ved; yo os pongo hoy delante bendición y maldición: la bendición, si cumplís los mandamientos de Yahvé, vuestro Dios; la maldición, si no los cumplís..."* (Dt. 1126-28).

190. Libertad no significa hacer lo que a uno le plazca, sino hacer lo que es del agrado de Dios según lo dicta su santa ley y la voz de nuestra conciencia.

191. La ley no pone límites a la libertad del hombre, sino que lo orienta y le señala el camino que lo dirige hacia el bien. Al igual que las leyes de la circulación, que sirven para orientarte e indican cuando debes pasar, y muchos por quebrantarlas mueren diariamente.

192. ¿Quieres ser libre? Jesucristo nos dice cómo: *"La verdad os hará libres..., el pecado os hará esclavos"* (Jn. 8,31-34).

193. La verdadera libertad de los hijos de Dios es la que liberta del pecado. Cristo nos ha hecho libres enseñándonos a huir del libertinaje y de la esclavitud de las pasiones. El que está libre de todo pecado y de las ataduras de las pasiones es verdaderamente libre. "Servir a Dios es reinar".

194. Si Dios me ha dado la libertad para el bien, ¿qué obras buenas puedo yo hacer? Puedes llevar a la práctica las obras de misericordia corporales y espirituales, hacer limosnas, orar, hacer bien a todos.

195. Al pobre hemos de hacer limosna, no sólo

material: el pan, la leña, el vestido... sino también la espiritual, que es más preciosa: perdonar una injuria recibida, enseñar al que no sabe instruirle en el bien, darle buen ejemplo.

196. Honrando al pobre honramos al mismo Jesucristo, porque lo que hacemos a un pobre o necesitado, se lo hacemos a El mismo: *"A Mí me lo hicistéis"* (Mt. 25,40).

197. Las buenas obras no hay que hacerlas para agradar a los hombres o para que las vean y las alaben, sino que hay que hacerlas para agradar a Dios en todo. (Mt. 6,1).

198. No hay durante toda la vida del hombre tesoro comparable a la oración (S. Basilio). "La oración es la respiración del alma". En todo lugar y momento podemos ponernos en comunicación con Dios.

199. Hablar con Dios, conversar y tratar íntimamente con El su Divina Majestad, amarle, alabarle, darle gracias, auplicarle, pedírle bienes!. He aquí lo que es oración.

200. Para aprender a orar, ponte en la presencia de Dios y hablale. ¿De qué? De tus cosas, de tus necesidades de tus intenciones y preocupaciones y no dejes de alabarle y darle gracias y pedirle lo que sea mejor para ti.

Tu mejor oración es la del Padrenuestro, y no dejes de ponerte en comunicación con la Virgen rezándole el Avemaría. Y tu lectura diaria y principal sea la Santa Biblia empezando por los Evangelios. Es el mejor libro de meditación.

Laudetur Iesuschristus= Alabado sea Jesucristo

INDICE

PRESENTACION 3

PENSAMIENTOS VARIOS 5
Aprovechemos el tiempo 5
¿Para qué estamos en este mundo? 6
Aprende a vivir 8
Ejercita la caridad 10
¡Cuánto vale la caridad! 12
Oración de San Francisco de Sales 14
Valor de la humildad 15
Otros pensamientos sobre la humildad 17
Nuevos pensamientos sobre la humildad . . .19
Detesta el pecado y conviértete al Señor . . .21
Aspiremos a la santidad 24
Vive alegre y sé amable 26
Valor de la fe y de la pureza 27
Emplea bien tu libertad 29